大脑里的8个骗子

[美] 马洛尼克·达斯 著

张嘉凌 译

COAY Books

目录
Content

- 第1节：大脑里的 8 个骗子(1)
- 第2节：大脑里的 8 个骗子(2)
- 第3节：大脑里的 8 个骗子(3)
- 第4节：大脑里的 8 个骗子(4)
- 第5节：大脑里的 8 个骗子(5)
- 第6节：大脑里的 8 个骗子(6)
- 第7节：大脑里的 8 个骗子(7)
- 第8节：大脑里的 8 个骗子(8)
- 第9节：大脑里的 8 个骗子(9)
- 第10节：大脑里的 8 个骗子(10)
- 第11节：大脑里的 8 个骗子(11)
- 第12节：大脑里的 8 个骗子(12)
- 第13节：大脑里的 8 个骗子(13)
- 第14节：大脑里的 8 个骗子(14)
- 第15节：大脑里的 8 个骗子(15)
- 第16节：大脑里的 8 个骗子(16)
- 第17节：大脑里的 8 个骗子(17)
- 第18节：大脑里的 8 个骗子(18)
- 第19节：大脑里的 8 个骗子(19)
- 第20节：大脑里的 8 个骗子(20)
- 第21节：大脑里的 8 个骗子(21)
- 第22节：大脑里的 8 个骗子(22)

第1节：大脑里的 8 个骗子(1)

【本书亮点】（重磅推荐）☆☆☆☆☆

谁在说慌？真实自我大揭秘！畅销全球，引起国内外读者强烈反响的前沿心理读物！

（英国版本封面）　（美国版本封面）（德国版本封面）（美国再版封面）

◇国际著名媒体强强推荐☆☆☆☆☆

这是一本令人不安的书，语言幽默有趣，论述清晰……在看此书之前，您都不知道你的大脑可以这样在你的身边操控你。—— Helen Dunmore

我认为，这是一种关于我们如何看待自己的想法的最有趣而奇妙的解读。

——Alexander McCall Smith

这是一本实用的科普读物，向我们解释我们的大脑是如何在背后运作的。如果你还认为是你在控制着你的意识，那么请你再想想。

——Good Reading

我认为在某种意义上，《大脑里的8个骗子》作为一本深具潜力的科普读物，完全可以与林尼?特拉斯的《吃?射?离》媲美。

——The Flemington-Kensington News

法恩是一个幽默的，智慧的，对现实有着自己独到认知的神经学家。

——The Times

法恩以娱乐性的语调，成功完成了揭露我们的大脑在心理主控权这场战争的手段这项棘手任务，轻松幽默地揭示我们心中的偏见和歧视存在的根本原因。

——Psychology Today

◇为什么最难战胜的人是我们自己？因为我们的大脑在背后对你隐瞒欺骗！

1 爱慕虚荣的大脑

爱慕虚荣的大脑尽其所能地美化、夸大并吹捧我们。它不仅原谅我们的过失，甚至干脆将它们从记忆中淡出。爱慕虚荣的大脑不但让我们自认为高人一等，还误导我们以为自己所向无敌、刀枪不入且无所不能。

2 情绪化的大脑

情绪能以更为隐秘的方式，先发制人地影响我们对周遭事物的判断，让我们毫无招架之力。这是因为情绪不仅能影响我们的判断，它还会影响到我们的知觉。我们会因为自身爱恨或好恶所引发的情绪，影响到我们看待事物的态度。

第2节：大脑里的 8 个骗子(2)

3 不道德的大脑

在成人所拥有的成熟的道德观底下，其实潜藏着偏颇与不公。我们对他人的处境漠不关心，对自己的处境却极为敏感。这使得我们都惯于以自我为中心，沉溺于自我夸大，却往往忽略他人，并因此创造出“我比你更优秀”的虽然错误却令自己愉快的假象。

4 妄想的大脑

我们对自己所抱持的信念往往出于盲目的忠诚。某个信念一旦在我们心中形成，不管它有多荒谬，都会受到最严密的保护，以免它受到修正和反驳。我们为自己所得出的假设积极寻找各种证据，或主动创造证据，并顽固地为之辩护。

5 顽固的大脑

大脑会不懂装懂，假装知道它不可能知道的事情。正因为大脑自以为无所不知，它甚至认为自己知道实际上并不存在的事物。与此同时，大脑认定荒谬的永远是他人的观点，可笑的永远是他人的论证。于是，我们的顽固由此看来无可救药。相对而言，杀掉或俘虏某人比改变他的想法轻易多了。

6 装神秘的大脑

它比我们聪明，比我们快速，比我们更为有力，它甚至可以操控我们。它不请自来，主动接手为我们处理日常事务，并向我们隐瞒某些重要的讯息。这个它就是我们的无意识。当我们将许多事情委任无意识来代理时，却永远无法确知它是如何处理这些事情的。

7 意志薄弱的大脑

意志就像娇贵的大人物一般有诸多要求，它不可过度工作，它的四周只能充满欢乐，它还必须受到他人的喜爱和珍视。我们经常对这位娇贵名伶般的意志下达指令，但它只偶尔听命於我们。意志的自我控管机制令人捉摸不定，我们对此深感切肤之痛。

8 充满偏见的大脑

偏见是大脑里最固执的骗子，它可以漠不关心地认定某甲是坏蛋，某乙是笨蛋，并快速寻找出下一个是王八蛋。我们因此没有时间或动机，停下来反省自己是否以偏见来对待他人，并尝试矫正我们的错误倾向。我们永远相信自己的刻板印象准确无疑。

第3节：大脑里的 8 个骗子(3)

【本书重点】（编辑推荐）

揭开大脑欺骗我们的八张面具，看清存在于我们观念当中的种种谬误

这是一本通俗的心理学著作，行文并不像学科研究论文那么严谨。科迪莉亚?法恩博士立足于生活，以日常生活中的小事为切入点，并配以经典案例以及最新科研成果加以说明，以诙谐轻松的语言来探讨我们的意识在形成的过程中。是如何被自己的欲望所扭曲，揪出存在于我们意识当中的种种谬误与假象，认识一个本真的自己。

※内容丰富：直指处处以我为先的八种心态

直指大脑的八个弱点、维护自我的八种心态：贪慕虚荣、虚伪、情绪化、不道德、顽固、装神秘、意志薄弱、充满偏见。由此入手，分析这八种心态的存在是如何在我们的意识形成过程当中发挥作用，遮挡我们的视线，干扰我们的判断，阻止我们修正自己的偏见，并处处为我们寻找借口、保护错误的观念不遭受任何反对意见的挑战。提醒我们在看待世界时不要听任这八种心态的牵引，公正、公平地看待世界。

※通俗易懂：人人都能看得懂的心理学前沿著作

将晦涩的心理学研究生活化，作者在论述难懂的心理学观点时，都配以浅显易懂的实验案例加以解释说明，论述严密，逻辑清晰，易于理解。

※引人注目：对自我潜内在的真实探讨

潜意识里到底隐藏了一个怎样的自我，我们待人公正吗？事事考虑周全吗？心胸宽广，可以接受任何批评指正吗？是否对他人存有偏见？阅读本书是对自我的一个大挑战，过去的我们或许不曾意识到，为满足自己各种欲望，保证自己的权威不遭受任何挑战，维护自尊不受任何伤害，而处处贬低他人，不公正地对待他人与自己，来抬高我

们自己。作者试图提醒我们，我们的内在是虚伪、情绪化、不道德的，带有偏见。是对过去完美自我印象的极大挑战。

前言

善骗的大脑

你认为我们可以完全信任自己的大脑吗？你的大脑进行复杂的乘法运算时，常会犹疑不决。你的大脑为你寻找解答方案时，偶尔也会半途而废。但是，比起大脑为我们所做的一切，这些小缺陷实在不值一提。我们都很清楚，大脑——这个由亿万个脑细胞所构成的心灵引擎有多复杂和精巧。新闻媒体也时刻关注着这群神经细胞，并大力报道有关这个细胞团队的各种最新发现。

第4节：大脑里的 8 个骗子(4)

大多数人已经习惯了大脑的存在。但是（尤其当你捧着本书阅读时），你可能还在为你的大脑感到莫名的骄傲。毕竟，我们需要大脑揭露内心的想法和探索外在的世界。大脑向我们吐露它的思想、感受和决定。我们之所以能够认识万事万物，大脑可谓功不可没。此外，假如这世界上还存有值得我们完全信任的事物，那它必定是我们的大脑了。毕竟，还有谁比它更亲近我们呢?

但事实上，我们那寡廉鲜耻的大脑，并不值得我们信赖：它惯于扭曲并隐瞒真相，惯于夸大，它傲慢、情绪化、不道德，还时时引诱我们作恶。它顽固倔强、深不可测，而且意志薄弱。此外，它还是个目光如豆的偏执狂。

对于大脑的这些缺陷我们当然不可等闲视之。因为只有依据大脑中的那丛复杂的神经细胞指引，我们才得以看清自己和外在的世界。然而，正是因为这颗我行我素、不可信赖的大脑习惯于欺骗造假，使我们自以为聪明绝顶，其实却是非常懵懂糊涂。

爱慕虚荣的大脑

自创的美丽假象

在英国的某家出版社委托我创作这本书的一个星期后，我发现自己怀上了第二个孩子。截稿日就订在预产期的前三天。我的丈夫是位天生的专案经理，这恰好让他有了用武之地，早早就为我拟定了一份工作进度表。但在我眼中，这份进度表丝毫未将写作历程的各种不可测因素考虑在内。它充其量不过是一张进度安排表，上头写着我必须在何时写出多少字来。而依照这份进度表，我每个周末都得工作，直到孩子出生那天为止。

“依照这份进度表，我每个周末都得工作，直到小孩出生的那天。”我抗议道。“别忘了将你的年假也算进去。”我先生冷冷地回了一句。

我认为他没有听懂我说的重点。

“那我什么时候可以休假？”

“休假？”我先生佯装研究起他手上的进度表。

“依我看，你在完成书稿直到开始分娩，这期间还是有两天假期啊！”

第5节：大脑里的 8 个骗子(5)

刹那间，我似乎已经看到自己一边分娩一边趁着子宫收缩的空当，气喘吁吁地告诉助产护士，假如能够永远像现在这样有自我休整的时间，那将会多么美好。

“那如果我做不到呢？”我问道。

丈夫丢了一个“这真的一点都不难”的眼色给我。

“你每个星期只要写这么多字就可以了，照这样做准没错。”他一边说一边对着手中的进度表指指点点。

“他说得没错。”我告诉自己。我一定能够做到，即使怀孕也不会受影响。毕竟，照顾新生儿太容易，不需要事先拟定任何进度表。妊娠初期的不适和疲惫也很快就会过去。其他女人的软弱大脑也许会受妊娠荷尔蒙的控制，但我的大脑肯定不会如此不幸。同时，我的肚子必定不会太大，能让我安稳地坐到电脑前写作。而我肚子里的小孩也绝对、必定且毫无疑问不会不识相地提早来到人间。所以，我一定能顺利完稿。

随后我做了一件很愚蠢的事。我开始着手为本章的主题（爱慕虚荣的大脑）做准备。爱慕虚荣的大脑尽其所能地美化、夸大并吹捧我们。它不仅原谅我们的过失，甚至干脆将它们从我们的记忆中淡出。爱慕虚荣的大脑不但让我们自认为高人一等，还误导我们以为自己所向无敌、刀枪不入且无所不能。我们的大脑极其虚荣，甚至让我们自恋到连出现在自己名字里的字母，不论怎么看都觉得比其他字母更可爱。

我压根就不知道我的大脑如此贪慕虚荣，但更糟的还在后头。我意识到这些正面假象的重要性：它让我们得以抬头挺胸、昂首阔步且威风八面。若没有这么一丝假想的乐观，我们的免疫系统将对是否应该继续努力维持自己的生命产生质疑。而更不可思议的是，爱慕虚荣

的大脑偶尔还可以弄假成真。我们从爱慕虚荣的大脑身上获得有如母爱般的支持，因此会无视自己的缺点并忽略潜在的障碍。

我要我的虚荣大脑来帮忙。马上就要！

很幸运，我终究还是想出办法，得以保持乐观的心态，并在小孩出生的前几天将书稿完成了。但没想到3个月后，我的经纪人通知我，出版社对本书非常感兴趣，希望我再多写100页（我先生无法决定是先开香槟大肆庆祝，还是先重新编排进度表）。

第6节：大脑里的 8 个骗子(6)

这下事情可就棘手了。为了照顾新生儿，我仅仅为了拟定购物清单就需花上一整天的时间。不过，感谢老天，我那假想的乐观再度取胜，让我得以撇下所有让人气馁的念头，不顾眼前的任何阻碍，再度开始奋笔疾书。这本书的出版证明这个策略对我的确管用，但是，现在我要向你揭穿这些活脱脱地夺走你的幸福、健康和成就的幻象了。

拒绝接受不堪承受的想法

我们只能通过大脑来认识自己和外在的世界。哲学家对此甚为担忧，但大部分人并不认为这有何不妥。弗洛伊德曾倡导自我“拒绝接受不堪承受的想法”。自此之后，实验心理学家纷纷致力于揭发大脑背后的秘密，并把这作为他们的毕生志愿。

我们先从几个基本现象谈起：我们经常会虚怀若谷却又勉强地表示，自己比一般人更有道德、更为勤奋而且驾驶技术更好（即使是刚发生车祸，并被送进医院的司机也这么认为）。换句话说，没有人会认为自己是逊色于他人的。从统计学的角度看来，这是绝不可能的。而如果我们所选取的样本是一堆爱慕虚荣的大脑，从心理学的角度来说，这种结果当然无可厚非。

首先，大脑会尽可能选取对自己最为有利的方式诠释问题。假如我被问及驾驶技术如何，我会毫不迟疑地回答，我的驾驶技术高于平均水准。事实上，在时速一公里以上时，我的驾驶技术的确无懈可击，但一旦低于这个时速，车身上的烤漆随时都有被刮伤的可能。光是修理擦碰障碍物后留下的刮痕，我就要花上一大笔钱。有时我甚至会想干脆用防撞泡沫将整部车子裹起来算了。相比之下，我母亲倒车靠停技术之精确神速，可真是令人惊叹不已。但她却时常在路口与前头那辆“早就应该起步”的车子追尾。当然，我母亲同样自认为她拥有平均水平之上的驾驶水准。现在不难看出为何我们敢大言不惭地宣称

自己的驾驶技术并不比一般人差了吧？倘若欠缺明确的标准，我们便会以最切合自己能力的方式来诠释问题。

第7节：大脑里的 8 个骗子(7)

我们也不需担心自己欠缺某方面的能力，因为在这种情况下，大脑会干脆忽略这些能力的重要性。就像无法分辨音准的音乐白痴一样，我是个完全不会素描的画画白痴。但我并不在意，因为对我的大脑来说，素描并非我必须具备的技能。我可以了解素描对艺术家的重要性，但这个重要性跟柔身舞者必须能够将双腿扳到头部后面的重要性一样：对以此为业的一小部分人来说，这是不可或缺的基本要求，但对其他人来说，这不过是引人注目的花招罢了。除此之外，大脑还有一项保证能提高自信的方法：我们都坚信自己的缺点是普遍存在的，是人性中不可避免的缺陷，我们自己的长处则是可遇而不可求的稀世珍宝。

这些想法表明，爱慕虚荣的大脑纵容我们的妄自尊大，它总会为我们找到自我辩护的各种借口。大脑的另一个用来保护自我的策略，是以对自己最为有利的方式追究成功或失败的原因。

也就是说，我们惯于假想成功皆源自自身的优势，而将失败归咎于运气不好或他人的阻挠。透过心理学测验，我们即可轻易地观察到这种虚荣心理的作用。

在某个实验里，当研究人员随机地告知某些受试者："他们在某个测验——例如，猜谜游戏中表现突出。"受试者都会认为这些都是自己的功劳，被随机告知表现欠佳的受试者，则会将责任归咎于他人。当挫折足以对自我构成重大打击时，大脑的自利倾向尤为明显。在另一个实验里，被告知猜谜游戏可以测试出智力水平的受试者自利的表现比被告知游戏与智商无关的受试者更为明显。换句话说，潜在的威胁越严重，爱慕虚荣的大脑就越发自利。更讽刺的是，我们都认为他人比自己更容易受到自利心的影响。（请将这一点牢牢记在心里。）

因此，如果好心的心理学家刻意不把导致成功或失败的原因解释清楚，那么爱慕虚荣的大脑即会立刻袒护自我。不过，大脑并非完全

不受事实的约束。不论如何勉为其难地为自己连餐厅账单都会算错作辩解，我也绝不会自诩为数学天才。如果我们无法通过事实这面镜子看清楚自己的丑陋面容，也就无法保持冷静和理智。

第8节：大脑里的 8 个骗子(8)

但从另一个角度来说，有谁愿意正视自己的缺点？我们刚刚已经见识过爱慕虚荣的大脑，是如何极尽所能地奉承我们自己的了。现在，我们应该深入探讨，揭发它的诡计。因为爱慕虚荣的大脑还能通过唤起潜藏在记忆和推理中的偏见，选择性地评判或编造种种有关自己或外在世界的事实，为我们创造出一个更为柔和、宽容、乐观但虚幻的世界。

反溯悲观

对我们的自尊心来说，挫折也许是最可怕的敌人。这也正是爱慕虚荣的大脑必须竭尽心力杜绝挫折的原因。当我们遭遇挫折时，大可做个事后诸葛亮，告诉自己其实从一开始，形势就不利于自己，才会使得成功难于登天。研究人员发现，乐观的受试者尤其擅于利用这个名为“反溯悲观”的策略，好让挫败的结果变得容易接受。

所谓的“自我设障者”，则以不同的方式运用自利的偏见。一旦自我设障心理发挥效用，爱慕虚荣的大脑即会编造出无伤害性的借口保护我们的自我。比方说，如果我们以事先没作充分准备为由，解释为何自己的智力测验成绩不如预期，就不会破坏我们对自己的智商和能力所抱持的华而不实的印象。同时，自我设障还能渲染成功所带来的喜悦，为我们的自我创造双赢的局面。我们可以轻而易举地找到许多借口（例如服用药物、身体不适和心情低落等）来保护我们的自我不受挫折的影响。

在某个实验里，研究人员测试了一群患有考试焦虑症的学生。研究人员指出，这些受试者的大脑只要一有机会即会以焦虑为由，为自己在测验里的拙劣表现辩护。研究人员指示受试者参与某个分为两个阶段的智力测验，并告知受试者测验的目的在于评量他们的智力。研究人员要在中场休息时调查受试者在测验中的焦虑程度，以及他们在作答时的努力程度。但在调查开始之前，研究人员针对某些受试者，

排除了他们可能用来自我设障的借口。研究人员告诉这些受试者，这个测验的特别之处，在于受试者的成绩并不会受到焦虑的干扰，并且不论受试者如何紧张，测试成绩都能精确地反映出他们的智力水平。

第9节：大脑里的 8 个骗子(9)

这个实验的设计真是巧妙。如果受试者仅仅如实地报告他的焦虑程度，没有任何自利的意图，那么他们的焦虑程度在测试中不会有任何波动。换言之，在这种情况下，受试者所报告的焦虑程度应该前后一致。但是，假如受试者企图以焦虑为借口来保护他们的自信，他们是否会认为焦虑可以为不佳的测验成绩提供合理的解释呢?

倘若受试者认为紧张会对成绩造成负面影响，那么他们会倾向于高估自己的焦虑程度，以便为将来可能出现的挫折准备好借口，以此保护他们的自信。这正是研究人员所观察到的：只有认为自己能以不具威胁性的焦虑为借口，来为不佳的测验成绩提供辩护的受试者，才会夸大他们的焦虑程度，那些明白自己不能以焦虑为由推卸责任的受试者，则干脆放弃这个拙劣的借口。但这并不意味着这些受试者完全放弃替自己辩护，他们反而宣称自己在测试中并未尽全力，以此作为自我设障的借口。

相关的研究指出，即使我们的大脑在遭遇挫折的当下愿意面对挫败，但几天之后，它就会忘却这些见不得人的解释。在某个实验里，研究人员指示男性大学生进行一项作业，以测量他们的“手部灵敏性与协调性”。（“你瞧，我的手既灵敏又协调！”）在这种情况下，自尊促使大家难免想要趁机表现一番。当受试者完成这项作业后，研究人员随机告诉某些受试者，他们的手有如指挥家一般灵巧，其他受试者则被告知他们的手比误闯瓷器店的公牛还要鲁莽笨拙。研究人员分别在实验结束时以及几天后，请受试者解释自己在作业里的表现。实验结束几天后才接受访谈的受试者，由于他们的大脑拥有更多时间可以编辑相关的记忆，因而比起测试结束后立刻接受访谈的受试者，他们的解释存在明显的利己倾向。

选择性记忆

记忆是自尊最珍贵的盟友之一。我们通常对有利于自己的事物经久不忘，对于不利于己的事物却漫不经心。假设我们参加了某项人格测验，测验的结果显示我们具有某些特定的行为倾向，那么我们会偏向于记住负面行为多一些，例如“你喜欢取笑他人的长相”和“你经常欺骗父母”；还是正面行为多一些，比如“你乐于协助邻居”和“你能够保守秘密”？我们也许会认为，由于出乎意料的负面行为与原有的正面的自我印象大相径庭，因而负面行为将较易记住。但研究人员得到的测试结果并非如此。相反地，正面的自我印象仍然深深地烙印在受试者的记忆之中。这是因为受试者的大脑在忙着记忆正面行为之余，根本拒绝分配同样多的脑力来记忆负面行为。由此看来，测试出的负面信息想要进入记忆之门，简直难于登天。

第10节：大脑里的 8 个骗子(10)

记忆不只过滤输入大脑的信息，它还控制了大脑输出的信息。大脑有一个庞大的个人事件资料库，其中的内容牵涉到我们对自我的认同和认识，心理学家则发现我们的自我概念时刻都在变化。如果现有的自我概念不符合我们的需要，那么我们的大脑会另外寻找合适的替代者。记忆则扮演起助理的角色，在我们的个人事件资料库里，搜寻适合当下情境的个人回忆。

普林斯顿大学的两位研究人员，尝试借助颇具吸引力的全新自我概念来触动受试者的大脑，以观察自我概念的变化过程。这两位研究人员指示参加实验的学生在两篇虚构的科学论文中择其一阅读。第一篇论文宣称外向的个性有助于学习，第二篇论文认为内向学生的学业成就更高。阅读这两篇论文的受试者人数相当，猜猜实验的结果如何？我们拥有一颗爱慕虚荣的大脑，而且是一颗在普林斯顿大学上课的大脑。然后，某人对我们展示一个闪闪发亮、魅力四射的自我概念，并告诉我们拥有这种个性是通向成功的捷径。这种个性也许与我们并不相称，但只要稍加调整，就可以让它看来与我们十分般配，我们何乐而不为？实验的结果显示，不论受试者认为哪种个性是成功的关键，他们总会倾向于认同自己恰好具备那种个性。

换言之，爱慕虚荣的大脑和记忆携手合作，进而滋生出最引以为豪的自我概念。当我们被告知，外向活泼的人多半比害羞内敛的人容易成功时，大脑即刻搜索我们擅于经营人际关系的记忆片断，并且轻松迅速地在意识里将其唤起。正如我们之前所见，记忆也在前门把关。当我们已被告知某种个性对我们迈向成功之途有帮助后，我们只需获得一点他人的认同，即可搜寻出更多的回忆，证明自己的确拥有这种杰出人格。

是律师而非法官

推理能力是爱慕虚荣的大脑另一个有力的拥护者。这听来有点荒谬。推理能力不是指引我们向真理迈进的指南针吗？它怎么反倒让我们远离真理呢？表面看来确实如此，尤其是当我们的自尊遭受伤害时。事实上，如果我们试图在推理能力保护我们的自尊免受伤害时替它作辩护，也只能承认它至少不会无中生有。

第11节：大脑里的 8 个骗子(11)

然而，问题的根源在于我们的推理能力像是尽职尽责的律师，它只专注于寻找对客户有利的证据，而不是像严正的法官一样致力于理清事件的真相。

正如我们所见到的，记忆就像过度热心的助理，擅于隐藏甚至销毁不可公之于众的秘密档案。而我们的推理能力也只是在这些负面档案基本销毁后，才有胆量回顾我们的记忆片断。

身为律师的推理能力，对任何有利于它最重要的顾客（我们的自我）的证据全盘接收，记忆则担任助理，被差遣去搜寻更多有利的证据。但任何对自我构成威胁的证据，反而必须经过最为严苛的质询。它们的正确性、有效性和可信度等，在我们的心理法庭上都要一一受到审查质问。推理能力就这样迅速而漂亮地赢得了官司。我们也许会认为正义和真理终将得以伸张，却刻意忽略了我们的推理能力其实是心理法庭上的律师。

现在让我们来看看推理能力高明的手腕。假设根据某个未经证实的传闻，我们拥有的某些特质对我们的事业生涯将会带来不良的影响。在这种情况下，我们的声誉受到威胁，而推理律师的职责就是保护我们免受传闻的伤害。某个研究再现了类似上述的情境，并证明在推理律师看来，顾客永远是对的。

在这个研究里，一些大学生志愿者要参加一个实验，实验的主题涉及成功地从事法律、医药和商业等专业领域所须具备的条件。研究人员首先安排受试者阅读虚构的人物描述。描述中的人物在研究所的表现参差不齐，且各自拥有不同的成长背景——例如，在兄弟姐妹中排行老大或老幺、信仰天主教或基督教，以及母亲是职业妇女或家庭主妇等。

假设某位立志成为医生的受试者在兄弟姐妹中排行老幺，信仰天主教，而且母亲是家庭主妇，她所阅读的人物描述恰好与一位成功的

医生有关：这位医生信仰天主教，排行老大，而且母亲是职业妇女。

那么，这位受试者是否会认为这位医生的成长背景里与她相同的部分，正是促使这位医生走向成功的关键因素，而这位医生的成长背景中与她不同的部分则无关紧要？实验的结果显示受试者的反应正是如此。在我们的假设问题里，这位受试者会认为信仰天主教是那位医生成功的关键，而其他两个因素则可以忽略。但是，假如受试者被告知那位医生其实并不成功，那么信仰天主教这个因素转眼间就会变得与成功毫无瓜葛（信仰与成就之间能有什么关系？），而此时在家中的排行以及母亲的工作形态，也即受试者与医生不同的成长背景，突然又会变作成功的关键。由此可见，推理律师倾向于根据唾手可得的资料，编造出一套最讨自我欢心且符合自我利益的说法。

第12节：大脑里的 8 个骗子(12)

推理的次要步骤是运用证据。好的律师总能在证据不利于我们时，找出隐藏在证据里的破绽。在某个实验中，研究人员指示高中学生进行一项智力测验。研究人员告知某些学生他们的测验成绩良好，但其他学生被告知他们的表现不佳。所有的学生随后必须阅读一些文章，文章描述的是科学家针对智力测验的有效性所提出的正反意见。虽然受试者所接收的资讯大致相同，但比起自认表现杰出的学生来，自尊心受到负面回馈威胁的学生，倾向于认为智力测验并非精确衡量智力的最佳工具。

这是不是因为这些学生的记忆，决定隐藏支持智力测验的档案所致？事实恰好相反。比起其他学生来，自尊心受到威胁的学生反而能够记住更多支持智力测验的论证。这个现象乍看之下可能令人迷惑，但只要想想那位替爱慕虚荣的大脑辩护的推理律师，必须耗费多少心血才能驳倒这些论证，我们就能明白缘由了。越是努力盘问证人，我们就越能清楚地记得他的证词，即使根本不相信从他嘴里说出来的任何一个字。

整体看来，我们似乎不在意胡乱的推理。但只要我们的动机稍受威胁，我们便会以最严苛的方法论来审视证据。大脑里聪明的律师，也擅于寻找证人来支持我们。还记得受试者被告知个性与成就相关的实验吗？我们的大脑不仅会误导我们的回忆，让我们自以为具备能带来成功的个性，甚至还会鼓励我们多花点时间，与认同我们的确拥有这种个性的人相处。

动机取向的自尊

当了解到自尊心会因为大脑的袒护而偏离现实时，我们多少会感到不安。但由于受到保护而与现实隔离的不只是我们的自尊心，毕竟，我们每天都要面对现实命运无情的考验。因此爱慕虚荣的大脑只

好制造出更多类似的策略，好让我们对未来抱有不切实际的乐观幻想。

我们不但相信自己比一般人优越，而且对自己的人生抱持侥幸之心。我们以严苛的标准来审视所有对自尊构成威胁的事实，也以同样严格的标准来检验所有对我们的信念构成挑战的证据。比方说，我们的大脑通常不愿把任何危及健康形象的医药资讯当一回事。我公公的生活形态就足以让每个心脏科医生无奈苦笑。根据所有吸烟等同于肺癌或死亡的研究结果，我公公应该英年早逝。我们可以想象他是以何种激动得差点喘不过气来的态度驳斥这些研究。但对于正如己意的科学发现，我公公则密切关注。举例来说，他从未忘记提醒我少喝点水，多喝点红酒。在某个研究“动机取向怀疑论”的实验里，受试者必须阅读一篇有关摄取大量咖啡对女性（但不包括男性）健康有害的文章。不论男女，偶尔喝咖啡或不喝咖啡的人，都认为这篇文章颇具说服力。摄取大量咖啡的男性也认为这篇文章很有说服力。你能猜出哪群人对这篇文章不以为然吗?

第13节：大脑里的 8 个骗子(13)

即便健康的警讯真真切切地摆在爱慕虚荣的大脑眼前，它也不会心甘情愿地接受事实。在另一个类似的研究自我保护机制的实验里，研究人员向自愿参加实验的受试者描述某种虚构的疾病——乙醯化硫胺素（Thioamine Acetylase，简称TAA）匮乏症。

研究人员首先向受试者表示TAA匮乏症患者较易患各种胰脏疾病。受试者随后分别进入互相隔离的检验室里，用试纸采取唾液样本，以检查自己是否罹患这种疾病。某些受试者在进入检验室前被告知，如果他们的TAA值在正常的范围内，那么试纸会保持原来的黄色——他们是幸运的受试者。其他的受试者则被告知，如果他们的TAA值一切正常，那么试纸将会由黄变绿——他们是不幸的受试者。然而，这个实验所采用的试纸其实只是普通的黄纸，不论多少唾液都不能让它们由黄变绿。

那些未能通过检验的不幸受试者，毅然乐观地面对TAA匮乏症的风险。和通过检验的受试者相比，他们倾向于低估TAA匮乏症和胰脏疾病的严重性，并且高估两者的普遍存在性。同时，这些受试者也倾向于贬低这项检验的精确度。

另外，这些未能通过检验的受试者在检验室里的所作所为，显示出了他们严重的防御心理。受试者在检验室里采取唾液样本的一举一动，其实都在研究人员的掌握之中。受试者在进入检验室前皆被告知，试纸应在10秒到60秒之内变色，但通常会在20秒时变色完毕。

研究人员指示受试者在完成采样后，必须立刻将试纸放入信封内。但与其他受试者相比，未能通过检验的受试者足足多用了30秒的时间来等待试纸变色。大部分未能通过检验的受试者更是千方百计，企图让手里那片顽固的试纸加速变色：某些受试者多唾了几口唾沫，其他受试者则更换了几张试纸，还有受试者干脆用舌头舔起试纸来了。试纸被抖来抖去、吹来吹去、擦来擦去，甚至浸泡在口水里。不

幸的受试者不愿面对检验的结果，只能一试再试，期待情况终能有所改变。

第14节：大脑里的 8 个骗子(14)

爱慕虚荣的大脑甚至会为了让医疗诊断的结果变得易于接受，而驱使我们无意识地进行操弄。为了观察这种现象，研究人员指示受试者在运动前后，将手臂浸泡在冰水里，直到忍受不住为止。研究人员告知某些受试者如果能在运动后，把手臂浸泡在冰水里更久一点的话，就意味着他们将更长寿，而其他受试者则被告知相反的说法。

实验的结果显示，受试者在运动结束之后，皆根据他们被告知的长寿征候，改变了自己对冰水的容忍度，尽管他们并未意识到这个改变。改变对冰水的容忍度当然不会影响我们的实际寿命，但这对爱慕虚荣的脑子来说并不重要。

最近我发现了一个名为“死亡之钟”的网站，访客只要回答几个问题，网站就能估算出你大致的死亡日期（好奇的读者，请参考下列网址：www.deathclock.com）。根据这个网站的计算，我的大限之日是公元2054年的5月10日（星期日），享年79岁。“79岁还不够老吧！”我这么想着，立即为自己多添了10年寿命，理由是我早就戒了香肠这种一定、绝对、必然折寿的食物。即使明知通过精算得出的大限之日在何日，我们仍然乐观地高估自己能比所显示的统计数字多活10年。

的确，每当面对未来时，我们总是特意戴上玫瑰色的眼镜向前看。有谁会在自己的结婚典礼上暗想“我只有50%的几率与另一半白头偕老”？大部分观礼者可能会有这种念头，但新郎和新娘绝对不会这么想。

还记得那位试图解释为何自己可能在医学院里表现优异的天主教学生吗？在同一个实验里，研究人员发现我们也会以类似的自利说法，引导自己相信即将享有美满幸福的婚姻生活。

虚假的控制感

我们的自欺倾向，不只使得我们不愿考虑眼前的难题，更导致我们对未来的控制欲膨胀。举例来说，在某个实验里，研究人员指示受

试者尝试按下某个灯的按钮。受试者被告知这个按钮可以用来控制灯的开关。

事实上，灯的开关完全是随机的，而且与受试者的动作毫无关联。尽管受试者实际上并没有控制权，他们的感知却颇为不同。受试者产生控制灯光的幻觉，并且对研究人员表示他们能够控制灯的开关。而且当电灯开启的次数越频繁时，受试者也就越容易认为自己在控制灯。可见，我们对事物的结果越感到满意，就越容易认为一切都是自己的功劳。

第15节：大脑里的 8 个骗子(15)

当我们只需稍作努力就可渡过难关时，我们也更容易屈服在虚假的控制感下。因此，相较于吃饱喝足的受试者，饥饿的受试者会更加乐观地相信，自己可以在一叠纸牌里抽中王牌，并且得到作为奖品的可口汉堡。

同时，我们还会在非常时刻采用不寻常的手段。在我们家老二出生后的头几个月里，我深信唯有我才有办法让他在最短的时间内乖乖入睡。

某个下午我正好瞧见丈夫试着哄我们家老二入睡。“不，不是这样的！你得让他坐在你的腿上，背靠着你的左胸，一边哼安眠曲，一边用你右手的拇指抚摸他的额头，只有这样他才能睡着。”我对丈夫说。

“难怪你得花上那么长的时间才能哄他入睡！”丈夫用同情的口吻嘲讽我，并自以为是地解释说：“因为他喜欢被抱着轻轻地上下摇动，并且在摇篮和窗户间走来走去。你离开房间时可以顺手调整一下百叶窗吗？它一定要往上拉起来离窗台10厘米才行。”

对家有新生儿的父母来说，抱着对事物拥有充分控制权的幻觉也许是他们唯一能够实现的希望。

一厢情愿的欲望

我们对未来的乐观幻觉，不只表现在高估自己的能力和前景上。我们也深信胜利将永远属于自己支持的政党或球队。随机地询问一群人他们“认为”谁将赢得选举，然后根据他们的“希望”，将他们分成两组（共和党员或民主党员）。这样一来，我们就可以观察到一个奇怪而有趣的现象。比起支持民主党候选人的民众，支持共和党候选人的民众倾向于认为共和党候选人将会赢得选举，反之亦然。同时，越热情的支持者，越容易高估他们所支持的候选人赢得选举的几率。

这种无止息的希望源自何处？我想，擅于隐瞒并扭曲不受欢迎信息的推理能力，必定在此贡献良多。但是，即使正确的预测能为我们

赢得大把钞票（这应该足以抵消任何不切实际的倾向），我们仍然无法摆脱过分乐观而不切实际的期待。在运动赌盘里我们就可以看到类似的现象：球迷们砸下大把血汗钱，以实际行动表达他们对某些球队的支持，但他们的判断照样受他们的欲望所影响。根据另一个不确定的解释，我们的过度乐观也许是物以类聚的结果：假如身边的亲朋好友都是民主党员，那么在我们看来民主党赢得选举的几率，或许就会比实际高出许多。不但如此，即使有最新民意调查的结果可供参考，我们仍然甩不掉这种一厢情愿的欲望效应的影响。

第16节：大脑里的 8 个骗子(16)

我们之所以相信美梦终能成真，是因为我们都渴望美梦终能成真。某个以欲望为研究主题的实验证实了上述现象。在这个实验里，研究人员随机地将一群大学生分成两个队，并指示他们比赛投掷飞镖。比赛开始时，每个队各派一人上场同时投掷飞镖，其余的人则在一旁记下他们对于哪一方投掷飞镖最接近靶心的预测。每个队随后再各派一人上场，其他人接着记下他们的预测。直到所有人皆投掷过飞镖后，比赛即宣告结束。

虽然这两个队的组合方式完全随机，但各队队员之间还是滋生出同袍之心。当被问起时，这些学生明确表示希望自己的队伍能够获胜。同时，他们也都认为自己的队打败对手的几率较高。换言之，这些学生的欲望与他们的预测一致。而且几乎所有的学生都认为他们期待自己所属队获胜的渴望，并不会影响到他们的预测。但是，除了希望自己站在胜利一方之外，哪还有什么因素会影响这些学生的预测？研究人员仔细审视这个实验的结果后发现，学生期待获胜的渴望愈大，他们对最后赢取胜利的信念也愈坚定。这样看来，希望的确永远源于渴望。

社会心理学家与大脑

我们必须在本章结束之前谨记两件事：首先，绝对不要相信社会心理学家；再者，绝对不要相信我们的大脑。这两者皆善于操控我们对现实世界的知觉，并引诱我们误入虚荣的陷阱。（比起我们的大脑来，我们也许更应当留意社会心理学家，因为他们不只让我们难堪，还会将我们的种种糗事公诸于世，以供他人娱乐。）但千万不要因此责怪爱慕虚荣的大脑令我们脱离事实，蒙骗自己。事实上，有些人相当现实：他们拥有较为客观中肯的自我认识，能比较公正地承担成败的责任，对未来的预测也相对准确。这些人的存在表明了自我意识的危险性。他们就是临床上的忧郁症患者。

心理学家马丁?塞利格曼和他的同事们，在忧郁症患者身上发现了某种特别的悲观态度。悲观的人倾向于将失败归咎于自己（“我既愚蠢又无能”），并且认为挫折的阴影将跟随自己一辈子，影响自己往后所做的每一件事。比起快乐而自利的人面对挫折的态度，这种人的想法截然相反。

第17节：大脑里的 8 个骗子(17)

悲观的心态会对身心健康造成严重危害。之前所提到的死亡之钟网站，只考虑到四个缩减寿命的因素：你是男性吗？你吸烟吗？你过胖吗？你悲观吗？我们想必会大吃一惊，个性怎么会与性别、吸烟以及肥胖同列减寿四大要害之一？相关的研究显示，事实的确如此。在某个以人生观对寿命的影响为研究主题的实验里，研究人员分析70年前几位北美修女正式成为修女前所写的简短自传，并在字里行间寻找蛛丝马迹，计算这些修女在她们的自传里表达正面情绪的频率。我们可把算出的频率称为“玛丽亚参数”。研究人员将每位修女的“玛丽亚参数”与她的寿命进行对比，统计结果显示，自传内容越乐观的修女，寿命亦更长。事实上，比起忧郁的修女来，乐观的修女平均可多活10年。

当我们被狗咬或跌进水沟时，玛丽亚式的人生观也许是不错的安抚剂。如果我们能在遭遇困难时想想玫瑰花瓣上的露珠或小猫嘴上的胡须，那么多少可以减缓悲伤对心血管的危害。

乐观的人在心理上心性开朗，在生理上他们的免疫系统也几乎百毒不侵。乐观的人较少就医，得癌症之后存活率更高，心脏疾病复发率低，而且不易英年早逝。对极度悲观者而言，要培养乐观的人生态度并不是一件简单的事，但却绝对值得一试。

虽然与残酷的现实世界保持一点距离，似乎对我们的身心健康颇有助益，但我们果真不需为此付出代价吗？毕竟，盲目的乐观主义有时会误导我们偏离正轨。当我们放纵自己的自利欲求，将自己的过错全数推给他人时，总有一天我们又会故伎重演。在某个实验里，研究人员指示大学生受试者预测他们何时可完成指派的作业，实验的结果完全证实了上述现象。同我们一样，这些学生也严重低估了完成作业所需的时间。即使研究人员请这些学生反思自己为何不能及时完成作业，也无法改变他们自以为是的心态。这些学生根本不觉得未能及时

完成作业有什么大不了的。因为对他们来说，他们之所以不能及时完成作业，全是某些怪异且几乎不会再次发生的意外所致。

第18节：大脑里的 8 个骗子(18)

我们对这种名为“计划谬误”的现象应该相当熟悉。想想看我们是否经常在周末前将工作打包带回家，却又在周末过后原封不动地带回办公室。再想想看，不论政府官员和工程人员的规划如何详尽，我们的公共建设总是延宕多年，似乎永远没有完成的一天。

虽说时间不只是金钱，但我们也得为爱慕虚荣的大脑所玩的花招付出代价。赚进大笔钞票的赌场和庄家，应该好好感谢引诱赌徒一厢情愿下注的欲望效应。假如我们恰好依靠自己预测未来的能力养家糊口，那么我们可能负担不起昂贵的虚幻控制感。在某个实验里，研究人员找来100位投资银行的交易员，请他们参加金融市场版的“按按钮开开灯”电脑模拟游戏。但在这个游戏里，交易员必须尝试提高某个指数的数值。游戏结束后，交易员必须填写一份问卷，让研究人员评估他们自认对这个指数的控制程度。有趣的是，统计的结果显示，越是在游戏里对自己操控指数的能力感到自豪的交易员，在真实世界里的投资回报率越低。根据研究人员的分析，比起在虚幻控制感量表上得分不高的交易员，得分较高的交易员每年大约少赚10万美金。

现实之窗

不切实际的期待和不肯认错的态度，终会让我们无可避免地走向歧途，但是我们的大脑却自有对策。当我们面对不同的选择，平心静气地思索未来时，我们会以十分接近现实世界的角度来看待自己和外在世界。被要求仔细思考将来决定的受试者（比如说决定到某处度假或决定和某人分手），比起其他没有被如此要求因而未作思考的受试者，较不会夸大自己的能力，较易于冷静思考，对人生的风险较为敏感，而且不会自认为无所不能。也许就是由于这扇“现实之窗”的缘故，我们才得以避免自己的抱负变得过于虚幻，并防止我们的努力与现实目标背道而驰。

不过，一旦我们做出决定，这扇现实之窗便会立刻关上，而且比之前更难开启。当试验人员指示受试者反思他们过去的决定时，这些受试者往往比平常更加看好自己和未来。同时，爱慕虚荣的大脑在我们决定将计划付诸实践时，似乎的确有需要随即加快脚步勇往直前。自大的大脑无耻而毫不谦虚的态度——例如“当然！我绝对做得到！如果我失败了，那一定是别人的错……”就像一张弹簧垫，为我们提供向上提升的动力，并保护我们在跌倒时免于摔伤。

第19节：大脑里的 8 个骗子(19)

爱慕虚荣的大脑使出浑身解数，让我们在追寻梦想之余，还能防止自尊心受到创伤。预先以不伤害他人的理由解释潜在失败的人，还可从他们所使用的自我设障策略上得到其他好处。自我设障者往往可以毫无顾忌地尝试任何事物，因为他们早已事先将脆弱的自尊心与潜在的失败隔离开来，并且明白无论遭遇多少挫折，他们都能找到充分的理由为自己开脱。在某个实验中，研究人员指示有自我设障倾向的受试者参加弹子机游戏，并刻意让受试者在游戏开始前进行自我设障以便保护他们的自尊心。研究人员通过让受试者自由决定练习时间的长短，来观察受试者如何以减少练习时间来自我设障，并在被告知表现不佳的情况下，还能为自己留下足够的心理空间享受游戏的乐趣，直至游戏结束。

我们失意时用来保护自尊心的各种借口，在学校里也有用武之地。如果我们鼓励学生将阅读或数学成绩不佳的过错，归咎于不够努力而非资质愚钝，学生的毅力和成就将会有明显的改善。说服自己相信明天太阳依旧会升起，今天的挫折与自己的能力并无关联，也可以提升我们的勇气，并协助我们实现理想。在某个研究“自我实现预言”的实验里，研究人员使那些对自己的成绩感到忧心的大学新生相信，他们的成绩在第一个学期之后自然会进步。实验的结果显示，比起同样担心自己的成绩但并未受到激励的学生，这些学生的成绩在一星期或一年后，果真有所改善，同时，这些学生的辍学几率也相对较低。

我们必须感谢我们的大脑，它随时随地都在小心翼翼地夸大事实。如果没有了爱慕虚荣的大脑，我们还会愿意每天醒来面对现实的世界吗？最后，我们也得感谢我们的大脑，为了让生命显得容易承受，而编造出无数善意的谎言。根据心理学家派兹克林斯基提出的“恐惧管理理论”，适度虚荣的大脑是“用来控制恐惧感的保护机制。这种

恐惧感源自于我们对某种可怕的可能性的警觉；而根据这个可能性，人类只是在没有意义的宇宙里苟延残喘的生物，最终的命运就是死亡和腐朽。”我相信，如果我们只需要一点正面积极的错觉，就能忽略自己的存在是否果真轻如鸿毛这个难题，那么我们可真得感谢爱慕虚荣的大脑。

第20节：大脑里的 8 个骗子(20)

不过，请让我们在结束本章之前，指出一个令人欣慰的事实：虽然从整体宇宙的角度来看，我们的存在不比鸿毛重，但至少我们的驾驶技术还是比他人好许多。

情绪化的大脑

蛋糕上肮脏的手指

我的大儿子正在嚎啕大哭，他一边啜泣一边颤抖着身体。我预感到事情即将恶化。不出所料，没过多久儿子就索性倒在地上往前趴着，用额头抵着地毯。我手里紧紧握着的一个物件，夺去了我儿子的所有欢乐。儿子对此别无选择，只能泪眼汪汪。

我是否应该将手里为儿子带来快乐的东西递给他，并因此永远毁掉他的人格?

我痛苦地挣扎着，最后还是成功地打消了这个念头。我手里握着的是一支原子笔。

其实，我非常了解儿子被夺走原子笔的心情。我先生在家制定了一套文具摆设的规定，指定了三处放置原子笔的固定地点：月历上，电话旁和旅行袋里。根据这套规定，这些原子笔只有在用来做工作计划，记下电话留言，以及填写旅行文件时，才能离开原位。我先生相当认真地执行这套规定，所有用来做其他事情的原子笔一旦被他发现，必会全部归回原位。

手里的笔硬生生被抽走的感觉虽不愉快，但我的失落感似乎没有儿子的强烈。为此，我必须感谢我的前额叶皮质（Prefrontal Cortex）。

前额叶皮质在我们刚出生时只是一小团脑细胞，它得花上足足20年或更久的时间才能发育成熟。前额叶皮质的功能之一，是管理源自不完全成熟的大脑区域的情绪反应，这也是为什么它如此重要的原因。

当我还在攻读博士时，我的研究对象是一位在车祸中损及部分前额叶皮质区的脑伤患者。这位患者有点小小的情绪障碍（他习惯用钝物协助自己同他人辩论），所以为了其他人的安全起见，必须将他转移到重度防护精神病医院里疗养。很不幸，我在与这位患者见面前阅读了他的病历，并因此对我们的会面感到非常紧张。更不幸的是，我只要一紧张，手心就会不停地冒汗。当我和那位患者初次见面握手时，他迅速地将手缩了回去，脸上一副恶心反胃的模样，毫不掩饰地就在裤子上擦拭了起来。

第21节：大脑里的 8 个骗子(21)

“天啊！就像和鱼握手一样！”他向我那位正在一旁看得津津有味的指导教授说道。

我相信，如果这位患者的前额叶皮质完好无缺，他肯定不会如此直率。

控制情绪还是被情绪控制

与幼童或脑伤患者相比，正常成人对情绪的控制力相对较强。但是，我们也不可小觑情绪对我们的影响。乍看之下，我们面对问题所做出的应对决策以及对周遭的人和事所做出的评断，都是依靠人类独有的理性。但是，相关研究却显示通常情绪才是真正的控制者。从感知外在世界这个看似无奇的认知活动，到认识内在自我这个丰富而复杂的思考进程，我们处处可见情绪对人类心理的每个层面的影响。

对乳牛来说，也许它们每天只需决定该到哪片草地觅食，但身为人类，我们每天必须做出的决定如迷宫般复杂。情绪如何左右我们的选择——尤其是需经过理性思考才能做出的选择，这是目前心理学界炙手可热的研究主题之一。研究学者们为此设计了一个纸牌游戏实验，模拟我们在日常生活中做选择时所需衡量的各项利害风险。实验者请受试者在四叠纸牌里抽取纸牌，并告诉受试者这几叠纸牌的报酬率是不同的。受试者只有在抽出纸牌后，才会知道纸牌的点数。四叠纸牌里的其中两叠纸牌包含许多点数高的纸牌，也包含了不少点数低的纸牌，使得这两叠纸牌的整体报酬率低，受试者最好避免抽到。另外两叠纸牌所包含的纸牌虽然点数不高，但只有少量点数偏低的纸牌，使得这两叠纸牌的整体报酬率较高。游戏过程中，实验者在一旁测量受试者的肤电反应，以便观察受试者抽取纸牌时的情绪变化。所谓的肤电反应，是指皮肤的汗液量（肤电仪根据汗液里的盐分浓度来测量皮肤的导电性，因为皮肤的导电性会随着汗液里的盐分浓度而变化）。

这个游戏的输赢模式十分复杂，因而受试者无法通过观察所有抽出的纸牌，计算出哪一叠纸牌的报酬率最高。即便如此，几乎所有的受试者到了游戏结束前都已产生直觉，能够避免报酬率低的纸牌，只从报酬率高的那几叠里抽取纸牌。这个结果本身并不意外，但奇怪的是受试者那滴着汗水的手指，似乎先于受试者觉察到应该避免哪几叠纸牌。当受试者还处于前直觉期，随机地抽取纸牌时，受试者的肤电反应，会在他们试图从报酬率低的那几叠纸牌里抽取纸牌的前一刻突然加剧。受试者只有在显露出这种高低起伏的情绪变化之后，才会产生避开某叠纸牌的直觉。

第22节：大脑里的 8 个骗子(22)

我们可以由下列以颅内侧前额叶皮质受损的脑伤患者为对象的类似实验，更清楚地了解到直觉对我们的行为所产生的影响。一位名为EVR的患者，在其前额叶皮质长了一个必须割除的脑瘤前，曾是个快乐而成功的商人、丈夫和父亲。脑瘤割除之后，EVR丧失了做出决定的能力，致使工作和生活变得一塌糊涂。即使是简单的逛街购物——应该买哪种刮胡刀？买哪个牌子的洗发水？他也需要经过详尽的价格和品质比较后才能下定决心。光是等他决定好到哪家餐厅用餐，就可把人给活活饿死。首先，他会跟你仔细讨论每家餐厅的摆设、菜单、气氛和服务。之后，他会进行实地调查，开着车子巡视那家餐厅的营业情况。但即使经过了这么一番大费周折的研究，EVR还是无法做出决定。EVR病态的游移不定浪费了大量的时间，对他的婚姻和工作造成极大的影响。而当他终于能够做出决定时，他的决定通常不令人看好。虽然被警告过无数次不要跟某个信誉不佳的合伙人投资房地产，他还是为此掏出了一生的积蓄，最后以破产收场。

这个病例真正令人费解之处，在于EVR的智力完全没有受到脑伤的影响，但其手术后的生活却不尽人意。研究人员花费数个钟头跟EVR讨论社会现况、政治争论以及道德议题等，一致认为他的智力和知识让人钦佩。研究人员同时设计了一些两难的人际关系问题，询问EVR如果某人身处这些困境，应该如何进退。EVR轻而易举地提出了一连串适当得体的解决之道，尽管他坦承自己如果陷于类似的困局，将无法决定应该采取何种对策。

正是因为EVR这种对眼前的问题漠不关心的态度，才让研究人员怀疑EVR的病因可能同情绪有关。似乎没有任何事物能够激起EVR的兴趣，某个实验也证实当EVR（和其他拥有类似症状的患者）观看刺激性图片（例如暴力和裸体图片等）时，其肤电反应并未升高。缺乏肤电反应是否剥夺了EVR做出决定的能力？研究人员为此又设计了一

个纸牌游戏，以测量EVR和其他患者参与游戏时的肤电反应。这些患者在游戏里的表现，就跟他们在现实生活里的表现一样糟糕，费尽心思也学不会在抽取纸牌时避开报酬率低的牌堆。即使到最后有超过一半的患者，明知所选择的牌堆对自己不利，但还是继续抽取这些牌堆里的纸牌。

情绪标签